



## **Informationsblatt „ Bleaching“ zuhause**

Wir möchten Ihnen einige Tipps geben:

### **Einsetzen der Schiene:**

1. Vor dem Bleichen die Zähne mit Zahnbürste, Zahnpasta und Zahnseide gründlich reinigen.
2. Bleachingschiene zu höchstens 1/4 von Wirkstoff füllen.
3. Schiene einsetzen und mit Fingerkuppen leicht andrücken (Sogwirkung).
4. Überschüssigen Wirkstoff mit Wattestäbchen entfernen.
5. Kein Essen oder Trinken mit eingesetzter Schiene.
6. Nicht auf Schiene herumkauen und Wirkstoff nicht aus Schiene saugen.

### **Zeitliches Vorgehen:**

Während 14 Tage

Bleichen nachts während 6-7 Stunden  
Bleichen tagesüber während 2-4 Stunden

Bei Nebenwirkungen (starke Empfindlichkeit der Zähne) mit Bleichen unterbrechen, 1 Tag nicht bleichen, und weiterfahren. Wenn die Nebenwirkungen wieder auftreten, bitte mit uns Kontakt aufnehmen.

### **Entfernen der Schiene :**

1. Nach dem Entfernen der Schiene Mund mit Wasser spülen.
2. Zähne mit Zahnbürste und Wasser von klebendem Bleaching -Gel befreien.
3. Anschliessend Schutzfluoridierung mit farbloser Fluoridspülung (Elmex rot).
4. Schiene unter fliessendem Wasser mit Zahnbürste oder Wattestäbchen reinigen, trocknen lassen. Niemals feucht auf das Modell zurücksetzen.
5. Verzichten Sie auf das Rauchen und die Einnahme von färbenden Nahrungs- und Genussmitteln (Kaffee, Tee, Rotwein etc.) während und für den Zeitraum von einer Woche nach Abschluss der Bleichbehandlung.

**Vielen Dank, dass Sie sich an die obenstehenden Empfehlungen halten.**